

GW

# 5月6日

## 祝日プログラム

# ゴールデン ウィーク

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
10:20~11:05	ZUMBA45 勝連 智美	10:15~11:05 ピラティスビギナー-50 矢野 耀子	10:30~11:15 アクアZUMBA45 塚崎 有子
11:20~12:20	ストレッチヨガ60 矢野 耀子	11:30~12:00 UBOUND30 YUUKA	
12:35~13:05	X-55 30 YUUKA	12:30~13:15 BODYBALANCE FX 45 若槻 聖也	
13:30~14:15	BODYPUMP45 大山 聡	13:30~14:15 ボディシェイプ45 垣野 満裕美	13:30~14:00 初めて平泳ぎ30 土屋 亜紀子
14:35~15:20	BODYCOMBAT45 垣野 満裕美	14:35~15:20 TOP RIDE45 土屋 亜紀子	
15:40~16:25	かんたんエアロ45 濱崎 翔太	15:45~16:15 LesMills CORE 30 大山 聡	
16:40~17:25	テクニックエアロ45 濱崎 翔太		祝日の営業時間 10:00 ~ 19:00
18:00			